Należytość pocztowa opłacona ryczałtem. Cena 25 groszy.

TYGODNIK ŻYDOWSKI

Organ Organizacyj Sjonistycznych w Tarnowie.

PRENUMERATA:		Redakcja i administacja: ul. Goldhammera 2 Godziny przyjęć od godz. 4 do 5 po południu.	OGŁOSZENIA:	
Miesięcznie	zł. 1·10		Strona	zł. 200·—
Kwartalnie	„ 3·30		1/2 strony	„ 100·—
Półrocznie	„ 6·60		1/4 „	„ 60·—
Rocznie	„ 13·20		1/8 „	„ 30·—
			1/16 „	„ 15.—
			1/32 „	„ 8·—
Prenumerata zamiejscowa o 10 proc. drożej.		Rękopisów nie zwraca się.	Przed tekstem 100 proc. drożej.	Drobne za słowo 30·—

Rok II. Tarnów, piątek dnia 26 lipca 1929. Nr. 29.

Problem organizacyjny na XVI. kongresie sjonistycznym.

Utworzenie Jewish Agency wysunęło na porządek dzienny jako jeden z głównych problemów XVI. kongresu kwestję organizacyjną. Dla wszystkich bowiem niezaślepionych odrębnemi „celami“ poszczególnych frakcyj i federacyj jest jasnem, że od siły i wewnętrznej spoistości organizacji sjonistycznej zależeć będzie, czy J. Agency okaże się żywotną i czy spełni pokładane w niej nadzieje.

Siłą bowiem dynamiczną w J. Agency będzie grupa sjonistyczna. Sjoniści dopiero nadadzą kierunek i rozmach pracy grup niesjonistycznych. W atmosferze wzajemnych walk, mających bardzo często swe źródło w osobistych animozjach poszczególnych prowodyrów sjonistycznych, część niesjonistyczna w J. Agency straci nietylko zapał do pracy palestyńskiej, ale i niechęć do rozkłóconych między sobą sjonistów.

XVI. kongres musi raz nareszcie położyć tamę panoszącej się w ruchu sjonistycznym frakcyjności. Nie uchodzi przecież, by dla błahych często powodów tworzono zaraz odrębne grupy i frakcyjki, które żywotność swoją wykazują w bezowocnych próbach stworzenia „teoretycznych“ przesłanek dla ugruntowania swojej odrębności.

Cały tymczasem ciężar pracy spoczywa na barkach ogólnych sjonistów, którzy za całość spraw sjonistycznych, za przeprowadzenie wszystkich akcyj na rzecz funduszów palestyńskich są odpowiedzialni.

O ile faktem jest, że frakcje istniejąc i przed wyborami na kongres sjonistyczny rozwijają jako taką działalność, to również stwierdzić należy, że w ciągu całego czasu, poprzedzającego wybory na kongres, frakcje żadnego prawie udziału we właściwej pracy sjonistycznej nie biorą.

W tym kierunku musi nastąpić zmiana. Nie uchodzi, by partja, która się mieni być sjonistyczną, zachowywała się biernie wobec tej lub tamtej akcji sjonistycznej. Kongres musi ustalić teren pracy sjonistycznej, który wiąże wszystkie frakcje i grupy, wchodzące w skład kongresu. Mogą sobie pojedyncze frakcje mieć swoje odrębne cele — o ile że trudno ten stan istniejący na razie zmienić, — ale musi być stworzona wspólna platforma, łącząca wszystkich sjonistów, bez względu na zabarwienie.

Musi się stworzyć ową wspólnotę pracy między różnemi ugrupowaniami sjonistycznemi, bo więcej jest punktów stycznych, niż rozdzielających wszystkie te grupy. Gdyby frakcje nie żyły tylko tem, co je oddziela od innych grup sjonistycznych i gdyby energję swą zużywały na rzecz pozytywnej pracy sjonistycznej, musiałyby niewątpliwie przy pracy dla wspólnych celów dojść nareszcie do takiego współżycia i porozumienia, że coraz częściej przypominanoby sobie to, co nas łączy, usuwając na bok wszystkie rozbieżności, które w rzeczywistości mają zwykle znaczenie akademickie i poza obręb teoretycznych dyskusyj nigdy wyróść nie mogą.

Taka jednolitość w dążeniach i działalności jest obecnie szczególnie konieczną, gdy od tempa naszej pracy zależnym będzie rozpęd i siła pracy Jewish Agency.

Stworzenie silnej, zwartej organizacji sjonistycznej jest nakazem chwili. Trwałe podstawy dla takiej organizacyjnej budowy będą gwarancją, że ruch sjo- [illegible] coraz szersze obejmie warstwy żydostwa i że w Jewish Agency zniknie z czasem podział na część sjonistyczną i niesjonistyczną.

Oby obrady XVI. kongresu owiane były ową atmosferą pojednania i chęcią stworzenia warunków dla wielkiej i owocnej, wszystkich jednoczącej pracy nad Wielkiem Dziełem Odbudowy Palestyny i Odrodzenia Narodu Żydowskiego, — Narodu o własnym warsztacie pracy, własnej kulturze i własnej państwowości na własnej ziemi w Erec Israel.

Dr Chomet.

Równowaga między interesami wsi i miast.

(Głos w sprawie organizacji ogólno-kupieckiej w Polsce).

Przed kilkunastu dniami zaszedł fakt ważny i doniosły, fakt o bezsprzecznie dużym wpływie na życie gospodarcze naszego państwa. Rozbieżne w swych poglądach, skłócone i zwalczające się dotychczas organizacje rolnicze, a było ich aż siedem, zjednoczyły się w jedną organizację, przyjmując nazwę: Centralnego Towarzystwa Organizacji i Kółek Rolniczych.

Pan prezydent Rzeczypospolitej, obecny na pierwszem uroczystem posiedzeniu Rady zjednoczonych organizacyj, które się odbyło dnia 10 b. m. na Zamku w Warszawie, witając z dużem zadowoleniem unifikację zrzeszeń rolniczych, zaznaczył w swojem przemówieniu, że jest to:

„....fakt o historycznem znaczeniu dla państwa. Wreszcie jednolitość opinji i powaga organizacji rolniczych musi wywierać silny wpływ na politykę gospodarczą państwa polskiego i przyczyni się do stworzenia stałej i zdrowej **równowagi między interesami wsi i miast**, równowagi, która w pierwszym rzędzie jest niezbędną dla zapewnienia spokojnego rozwoju i przyszłości gospodarczej Polski...“

Nie wątpimy, że piękne słowa p. Prezydenta Rzeczypospolitej znajdą żywy i silny oddźwięk w sercach całej ludności naszego kraju, która podziela w zupełności wypowiedziane przy tej sposobności przez Niego zapatrywanie, że współpraca na gruncie gospodarczo-społecznym przyczyni się do zlikwidowania różnic politycznych w sferach rolniczych jeszcze panujących.

Drugi współczynnik naszego ustroju gospodarczego, przemysł, silnie zorganizowany w potężnym „Lewiatanie“ i w różnych trustach i syndykatach, wywiera — jak wiadomo — ważki wpływ na naszą politykę celną, taryfową, wywozową i traktatową, a dzięki swej organizacji, kieruje w niemałej mierze naszem całem życiem gospodarczem.

Trzeci wreszcie współczynnik naszego ustroju gospodarczego — handel, nietylko że nikły wywiera jeszcze traktowany, odgrywa rolę „ubogiego w rodzinie“.

Wciąż jeszcze pokutuje u nas teza, że handel jest zbytecznem ogniwem w łańcuchu naszych poczynań gospodarczych, że prowadzi życie pasożytnicze na naszym organizmie ogólno-państwowym i powoduje tylko drożyznę.

Znalazło też to wyraz przy wprowadzeniu wyjątkowych ustaw, wprost przeciw kupiectwu skierowanych, a niedawno temu oświadczył b. premjer p. Bartel delegacji poznańskiego kupiectwa, żalącej się na nadmierne podatki, pod którymi się kupiectwo załamuje, że psychiczne ustosunkowanie się społeczeństwa polskiego wobec „metod“ kupiectwa żydowskiego jest jedną z przyczyn dzisiejszego antykupieckiego systemu podatkowego.

Obecny minister skarbu p. Matuszewski nie chciał ostatnio nawet przyjąć delegacji kupiectwa, prowadzonej przez prezesa Centrali Związku Kupców w Warszawie, b. senatora Truskiera, która również o zastosowanie ulg podatkowych chciała prosić.

Postępuje się po myśli znanego powiedzenia Bismarka, że Niemiec nie lubi Francuza, ale wino jego chętnie pije...

Narzuca się pytanie, dlaczego tylko handel, noszący na swych barkach brzemię 2/3 części wszystkich podatków, dlaczego ten, równie jak rolnictwo i przemysł, ważny filar naszej struktury gospodarczej, tak jest postponowany?

Jedna tylko na to jest odpowiedź, — bo niema jednolitej, zwartej i silnej organizacji całego naszego kupiectwa, z którąby się reszta społeczeństwa, względnie rząd, jako jego wykładnk, liczyć musiał. Kupiectwo nasze jest bardzo słabo zorganizowane, a pojedyncze organizacje idąc luzem, nie potrafiły się dotychczas zjednoczyć i stworzyć wspólny zwarty front. Kupiectwo nasze rozpada się na dwa odłamy: chrześcijańskie i żydowskie. Wszelkie dotychczasowe próby do utworzenia wspólnej organizacji nie doprowadziły do celu. Głównym adwerzarjuszem w tym kierunku jest kupiectwo Wielkopolskie, które w swoim zacietrzewionym seperatyzmie uniemożliwiło między innemi z początkiem grudnia ub. roku urządzenie planowanego w Warszawie wielkiego wiecu demonstracyjnego całego kupiectwa w Polsce w sprawach podatkowych, tak, że w jednym i tym samym dniu odbyły się aż trzy wiece kupieckie w Warszawie. Oczywiście, że osłabiło to w niemałej mierze pozycję obronną i znaczenie zorganizowanego kupiectwa, a uchwalone rezolucje i protesty miały ten sam skutek, co groch rzucony o ścianę.

A przecież okazało się przy ostatnich wyborach do Izb Handlowych i Przemysłowych, że możliwą jest ugoda i porozumienie się między kupiectwem chrześcijańskiem i żydowskiem, przyczem przyznać należy, że osiągniętem to zostało w dużej mierze przez ustępliwość i ofiarność kupiectwa żydowskiego.

Wspólne następne wiece w różnych miastach Małopolski z okazji zwalczania niefortunnego rządowego projektu podatku czynszowego okazały również możliwość porozumienia chrześcijańsko-żydowskiego, którego urzeczywistnienie na terenie całej Polski utrudnionem jest tylko przez nieprzejednane stanowisko reakcyjnego w swych poglądach kupiectwa Wielkopolskiego.

Czyż dziwić się należy, że sfery rządowe ignorują postulaty kupiectwa?

Tylko z silnym się paktuje, tylko z silnym się liczy, a siła leży dziś tylko w organizacji. Kupiectwo nie opierając się na silnie i karnie zorganizowanych kadrach, nie jest żadnym kompacyscentem. Jeżeli skargi, żale i protesty kupiectwa przeciw krzywdzącej je polityce gospodarczej są głosem na puszczy wołającego, to tę bezsilność kupiectwo samo spowodowało, przedstawiając obraz niescałkowanej, wewnętrznemi rozterkami i waśniami skłóconej społeczności.

Czy na wstępie przytoczone piękne słowa p. Prezydenta Rzeczypospolitej, że należy stworzyć stałą i zdrową **równowagę między interesami wsi i miast** dadzą się urzeczywistnić bez naszej czynnej współpracy?

Czy dotychczasowy brak tej właśnie równowagi nie spowodował zubożenia kupiectwa, wyczerpania jego kapitałów obrotowych i wszelkich rezerw i zam knięcia tylu warsztatów pracy?

Czy przedstawiamy pełnowartościowy współczynnik gospodarczy, jeżeli nie jesteśmy w jedności silni?

Nie będąc należycie zorganizowani, nie przedstawiamy koniecznej w obecnej dobie jednostki zbiorowej, mogącej skuteczny brać udział w wyścigu pracy i współubieganiu się o podniesienie i rozwój naszego dobrobytu ogólno-państwowego.

Niech idzie zew po całym kraju, niech poruszy serca i umysły wszystkich kupców, — zew, który brzmi: Kupcy całej Polski łączcie się w jedną zgodną i nierozerwalną całość.

J. H.

„Wielki Selig" wykańcza dzieło zniszczenia stowarz. „Jad Charuzim".

Stowarzyszenie rzemieślników żydowskich „Jad Charuzim" cieszyło się ongiś znaczną powagą i wpływami.

Dopiero od czasu, gdy na czele tego stowarzyszenia stanął człowiek, nie posiadający żadnych prawie kwalifikacyj do piastowania kierowniczego stanowiska, zaczął się z początku powolny, a następnie raptowny upadek znaczenia tego stowarzyszenia.

P. Selig Braw, od kilku lat prezes stowarzyszenia „Jad Charuzim", nie potrafił przez cały czas piastowania przez siebie stanowiska prezesa tegoż stowarzyszenia dokonać żadnego dzieła, ani nawet utrzymać znaczenia tego stowarzyszenia w dotychczasowem natężeniu.

Jemu chodziło tylko o zdobycie różnych mandatów, godności i krzeseł honorowych dla siebie, co mu się w znacznej mierze udało.

W swoim czasie „Jad Charuzim" przedstawiło sjonistom przy wyborach do kahału swych kandydatów, a między innemi p. Seliga Brawa.

Komitet wyborczy sjonistów znał kwalifikacje p. Brawa do piastowania honorowych godności, — wiedział dobrze, jaką opinją cieszy się p. Braw wśród szerokich warstw ludności żydowskiej i dlatego też dla dobra stowarzyszenia „Jad Charuzim" starał się tenże komitet wpłynąć na rzemieślników żydowskich, aby jako kandydatów do Rady żydowskiej gminy wyznaniowej wydelegowali innego przedstawiciela, a nie p. Brawa.

Ostrzeżenia i wysiłki sjonistów nie odniosły żadnego skutku, bo p. Braw zdołał wówczas różnemi sztuczkami przekonać większość rzemieślników o tem, że jego osoba jest w Radzie nieodzowną.

A sjoniści ulegli wówczas zdecydowanej woli rzemieślników żydowskich i umieścili p. Brawa jako kandydata.

Stało się jednak to, czego sjoniści się obawiali i czego chcieli uniknąć, a mianowicie, że kandydat rzemieślników żydowskich p. Braw przepadł, choć cała lista przeszła.

Od tego czasu datuje się gniew „Wielkiego Seliga" na sjonistów.

Gniew ten był zupełnie nieuzasadniony, gdyż zorganizowani sjoniści, choć niechętnie, to jednak jako karni żołnierze oddali listy kandydatów, w których znajdowało się też nazwisko p. Brawa.

Znawcy tutejszych stosunków wprost zdumieni byli, jak p. Braw mógł otrzymać przy wyborach do kahału tak znaczną ilość głosów.

Gdy następnie po kilku latach miały się odbyć wybory do kahału na podstawie nowej ordynacji wyborczej, p. Braw przyłączył się do grupy ludowej p. Dra Mütza i uzyskał mandat radziecki.

Czy pomoc p. Brawa dla partji ludowej była naprawdę skuteczną, o tem wydać mogą sąd ludzie, znający dokładnie tutejsze stosunki.

Ale p. Selig Braw wmawiał sobie, że jego to pomoc wyratowała ludowców przed zupełną zagładą.

Innego zdania byli ludowcy i dlatego też przy wyborach do Rady miejskiej p. Braw nie znalazł dla siebie krzesła w szeregach ludowców.

Stąd wielki gniew p. Seliga Brawa i jego satelitów na p. Dra Mütza.

Jak wyżej nadmieniliśmy, od czasu objęcia prezesury „Jad Charuzim" przez p. Brawa, wpływ i znaczenie tego stowarzyszenia malały z dnia na dzień, stowarzyszenie to zredukowane zostało do placówki towarzyskiej dla kilkunastu osób, zabawiających się grą w karty.

Jakakolwiek akcja zawodowa i oświatowa nie istniała.

Jedynie przed wyborami ożywiła się działalność zwolenników „wielkiego Seliga", polegająca na tem, że chciano na wszystkie miejsca honorowe wysadzić p. Brawa, jako reprezentanta żydowskich rzemieślników i to wbrew woli tychże rzemieślników.

Ilość członków „Jad Charuzim" zmalała do minimum, a w łonie samego stowarzyszenia istniała silna opozycja, która ze smutkiem spoglądała na zupełny zanik wpływów stowarzyszenia i żydowskich rzemieślników.

Wszelka jednak akcja tej opozycji została przez Brawów i Osterweilów sparaliżowaną za pomocą sztuczek, popartych przez drobną grupkę ich zwolenników.

Ostatnie wybory do Rady gminnej przekonały nawet zwolenników „wielkiego Seliga", że dalsze kierownictwo stowarzyszenia przez p. Brawa musi nieuchronnie doprowadzić istniejące od kilkudziesięciu lat stowarzyszenie do zupełnej ruiny.

Poczęto się zastanawiać nad reorganizacją stowarzyszenia i zmianą jego prezydjum.

Po kilku konferencjach doszły obie strony do porozumienia w ten sposób, że walne zgromadzenie członków stowarzyszenia przyjęło do wiadomości rezygnację p. Brawa i całego wydziału „Jad Charuzim" i wybrało komisję, składającą się z 11 osób, która to komisja miała wyznaczyć 24 członków wydziału i polecić następnemu walnemu zgromadzeniu tę listę kandydatów, jako kompromisową.

Komisja ta, zgodnie z zawartem porozumieniem, wyznaczyła też członków Wydziału w ten sposób, że 12 z nich wybrano z ramienia opozycji, a dalszych 12 z łona zwolenników dotychczasowego wydziału.

Wszyscy byli zdania, że obecnie po porozumieniu się obu obozów nastąpi zgodna współpraca wszystkich rzemieślników żydowskich dla rozwoju ich instytucji, a to tembardziej, że przeszkodą dla tej współpracy były tylko stosunki osobiste, tkwiące w osobach p. Brawa i kilku jego adherentów. I na dzień 21 b. m. zwołano walne zgromadzenie, które miało zalegalizować układ, zawarty z p. Brawem.

Opozycja nie domyśliła się, że p. Braw złamie zawarty układ i że podstępem będzie się starał przedłużyć swoją prezesurę, choćby stowarzyszeniu groziła z tego powodu zupełna zagłada.

Nikt nie przypuszczał, że p. Braw, za którego zgodą ustanowiono listę kandydatów obu obozów, przygotuje drugą listę kandydatów, zawierającą jedynie 5 nazwisk z łona opozycji.

Wydrukowano nietylko listę kandydatów, sprzeczną z zawartym układem, lecz sam „wielki Selig" oświadczył, zgromadzonym rzemieślnikom, że nie obowiązuje ich kompromisowa lista i że mogą oddać taką kartkę wyborczą, jaka im się tylko podoba.

Był to podstęp i wiarołomność ze strony p. Brawa, od którego można się było wszystkiego spodziewać, ale czego niestety nie przewidzieli po tak żmudnych układach opozycjoniści.

Skoro jedno walne zgromadzenie i to na wniosek p. Brawa wyłoniło ze siebie tak zw. komisjęmatkę, której zadaniem było ułożenie kompromisowej listy kandydatów, to obowiązkiem inicjatora tego układu było zwrócić uwagę zebranym członkom stowarzyszenia, że jest wolą ustępującego prezydjum i wydziału, aby członkowie stowarzyszenia

HIGJENA SPORTU.

Antropologja udowodniła, że począwszy od młodszej epoki kamiennej, nie wykazuje ciało ludzkie wybitniejszych zmian, nawet w obrębie różnych istniejących ras. Gdy jednak człowiek epoki kamiennej, w ciężkiej walce o byt, pozostawał ciągle pod działaniem słońca, powietrza, wody, zmian temperatury i ruchu, które równocześnie pobudzały do żywszej czynności wszystkie narządy jego organizmu, zmusza dzisiejsza kultura, z jej daleko idącym podziałem pracy, człowieka do intenzywnego używania tylko poszczególnych narządów, przy zupełnem zaniedbaniu organizmu jako całości.

Uprawianie sportu w sposób higjeniczny, przy którem wyżej wymienione naturalne czynniki zmuszają wszystkie narządy do pracy, zapobiega wielu chorobom i zjawiskom zwyrodnienia, a tem samem następstwom jednostronnego sposobu życia.

Uprawianie sportu winno zawsze stosować się do sił i możności wykonawczej sportowca. Jeżeli np. przy wchodzeniu na wysoką górę, wszyscy, idąc za przykładem najdzielniejszego turysty, zachowują jego tempo, będzie on jeszcze całkiem dobrze się czuł, gdy u innych wystąpią już wyraźne objawy przemęczenia.

Dążenie do osiągnięcia zwycięstwa w zawodach, wywołuje wprawdzie, przez rozwój naturalnych skłonności i zdolności, radość i zadowolenie ze sportu, ale kryje też w sobie często wielkie niebezpieczeństwa, gdyż młodzi ludzie, u chorobliwie spotęgowanej ambicji, zapominają zupełnie o swem zdrowiu. Wielu mistrzów światowych umiera też dlatego w młodym wieku.

Za wzorem starożytnych Greków, powinien sport urabiać i pobudzać organizm do zdobycia dzielności, piękności i zdrowia; w tem zrozumieniu uprawiany, ma on wielkie znaczenie społeczne, gdyż pragnie tężyzny fizycznej całej ludności.

Częste natężanie ciała wpływa na rozwój mięśni, ale niebezpiecznem jest przenatężenie czyli przemęczenie, które objawia się jako bicie serca, duszność, bladość lub zaczerwienienie twarzy w połączeniu z nadmiernem poceniem się. Każdy miłośnik sportu wie o tem dobrze, że jednostronne przemęczenie działa szkodliwie; doświadczenie i nauka wykazały, że zmużone mięśnie odzyskują natychmiast swą świeżość i sprawność, jeżeli wykonamy jakąś pomocniczą czynność, czyli jeżeli pociągniemy do pracy świeże mięśnie. A korzyść takich czynności dla człowieka pracującego w jakimś zawodzie jest faktem stwierdzonym przez codzienne doświadczenie.

Uprawianie sportu służy jeszcze w inny sposób celom higjeny. Trwałe zniekształcenia ciała, jakie powstają u wielu rękodzielników wskutek złej postawy zawodowej, dają się uniknąć przez poprawną postawę podczas pracy i przez oddawanie się ćwiczeniom cielesnym. Gimnastyce właśnie przypada wielka rola w zdobyciu tężyzny fizycznej, to też gimnastyka niemiecka i szwedzka maj wielkie znaczenie wychowawcze.

Niekorzystnem jest pod względem higjenicznym wykonywanie ćwiczeń w salach gimnastycznych, przepełnionych kurzem i zepsutem powietrzem i dlatego zauważyć można w ostatnich czasach dążenie, by ćwiczenia wykonywać na otwartem polu i to także w chłodnej porze roku, a nawet w zimie. Na otwartem polu można wiele ćwiczeń wykonywać a zimne powietrze przyczynia się znakomicie do zahartowania ciała. Ważną i korzystną rzeczą jest pociągać do ćwiczeń naprzemian różne grupy mięśniowe i od łżejszych przechodzić stopniowo do coraz trudniejszych, gdyż ukrwienie mięśni wzmaga się dopiero wraz z wykonywaniem ćwiczeń. Do najlepszych ćwiczeń, prowadzących do harmonijnego modelowania i wykształcenia ciała należą bieg, skakanie, rzucanie dyskiem, oszczepem i t. d.

Każdy mięsień będący w ruchu potrzebuje więcej tlenu, a to jego wzmożone zapotrzebowanie pokrywa zwiększona praca serca i płuc. Przy niedostatecznem oddychaniu musi serce więcej pracować, dlatego powinien miłośnik sportu nosić zawsze wygodną odzież, gdyż odzież ściskająca klatkę piersiową i brzuch, utrudnia oddychanie, a forsowne oddychanie prowadzi do rozedmy płuc.

Forsowne ćwiczenia sportowe, a zwłaszcza takie jak turystyka, długotrwałe marsze, jazda na rowerze, wywołać mogą rozszerzenie serca i zwyrodnienie mięśnia sercowego. Niedostateczny sen, depresja psychiczna, niedostateczne oddychanie i odżywianie się, wpływają niekorzystnie na serce i naczynia krwionośne. Sportowcy powinni też oddychać tylko nosem. Wciągnięte podczas oddychania powietrze zostaje w nosie oczyszczone, zwilżone i ogrzane; przez oddychanie zatem nosem, chronimy bardzo wrażliwą błonę śluzową głębszych dróg oddechowych.

Wielką wagę przywiązywać powinien sportowiec do należytego odżywiania się. Każda wzmożona czynność ciała wymaga pewnych rezerw w organizmie, czyli dobrego stanu odżywiania.

Przy długotrwałych ćwiczeniach wskazane są częste a skromne posiłki.

Głównym warunkiem dobrego trawienia jest należyte żucie i poślinienie pokarmów. Jednostajność w pożywieniu jest szkodliwa, gdyż wywołuje niechęć, a nawet wstręt do jedzenia. Przez umiar w doprowadzeniu płynów, ułatwiamy pracę serca, skóry i nerek. Do gaszenia pragnienia nadają się najlepiej ciepłe napoje. Alkohol zmniejsza sprawność i wpływa niekorzystnie na serce i skórę, zwłaszcza podczas upałów, a nadto zwiększa niebezpieczeństwo choroby górskiej i zamarznięcia.

oddali jedynie kartki kompromisowej listy kandydatów.

Opozycja zorjentowała się w sytuacji i oświadczyła, że we wyborach udziału nie bierze i wydaliła się ze sali.

Zgromadzenie przygotował p. Braw w zupełnej tajemnicy, a opozycja nie spodziewając się możliwości zerwania zawartego układu, nie przygotowała się do walki i dlatego uczyniła mądrze, że wycofała się z wyborów i pozostawiła odpowiedzialność za dalszy rozwój wypadków p. Brawowi.

Po usunięciu się opozycji przeszła oczywiście lista przez p. Brawa i Osterweila w tajemnicy przygotowana, na której to liście znajduje się też 5 nazwisk opozycjonistów.

Ale ta sztuczka nie uda się p. Brawowi i walka zostanie teraz doprowadzoną do ostateczności, t. j. do zupełnego wyeliminowania z naszego życia politycznego takich jednostek, jak p. Braw i jego adherenci.

W najbliższym tygodniu podamy dokładną ocenę działalności p. Brawa dla „dobra" stowarzyszenia „Jad Charuzim". **g.**

W Tarnowie nie ma w nocy lekarza.

Najcenniejszym skarbem państw jest życie i zdrowie obywateli. Czytelnicy nasi przypomną sobie zapewne wywody jednego z lekarzy tutejszych, umieszczone na łamach naszego „Tygodnika" z dnia 5 b. m.

Niestety — ogół lekarzy nie zgadza się widocznie z temi wywodami i nie wypełnia należycie swych obowiązków wobec tego skarbu, jakim jest życie i zdrowie ludzkie.

Zdarza się często, że w wypadkach nagłego zasłabnięcia w nocy, w których pomoc lekarska uratowałaby życie ludzkie, nie można w Tarnowie, względnie trudno bardzo znaleźć lekarza.

Ma się wrażenie, że żyjemy w jakiejś zapadłej osadzie wiejskiej, w której wogóle niema lekarzy.

Rozumiemy dobrze, że lekarze, pracujący przez cały dzień, potrzebują również odpoczynku.

Ale zawód lekarski wymaga pewnych poświęceń. Czyż nie byłoby na miejscu, aby lekarze za wzorem aptekarzy ustanowili dyżury nocne i w ten sposób rozdzielili ciężar pracy nocnej równomiernie na wszystkich lekarzy, a tem samem umożliwili udzielanie pomocy chorym w wypadkach nagłych, w których pomoc lekarska jest nieodzowną.

W ten sposób ogół lekarzy wypełniłby swe ciężkie obowiązki wobec społeczeństwa i nie zostawiłby tego społeczeństwa bez opieki lekarskiej. **g.**

Higjena sportowa uwzględnia także skórę; przez odpowiednie środki zaradcze starać się trzeba o zmniejszenie jej wrażliwości, a można też codziennie o tem przekonać się, że światło, ciepło i kąpiel nietylko ćwiczą skórę, ale ją też hartują. Każde ćwiczenie, wykonywane jak u Greków nago, zyskuje ogromnie na wartości.

Odzież sportowa ma być nietylko wygodna, ale o ile możności lekka. Najodpowiedniejszym materjałem na bieliznę jest bawełna, a na odzież wełna. Wkłady filcowe z cienkiemi ochraniaczami na palce, trzymają nogi ciepło i sucho, a do okrycia nóg nadają się najlepiej cienkie pończochy bawełniane, na które włożyć należy grube wełniane. Wiatrówki powinno nosić się tylko na zimnie i w czasie burzy, wzgl. podczas odpoczynku, gdyż utrudniają transpirację. Gruby sweter należy mieć zawsze w plecaku, zwłaszcza w zimie.

Chorobie górskiej, której oznakami są nudności, wymioty, omdlenia i osłabienie serca, zapobiec można przez zachowanie powolnego tempa, częste, krótkie odpoczynki i dostateczne odżywianie się.

Nasza młodzież lubi sporty i ma też przyczynę, by je lubiała. Odpowiednio bowiem dobrane ćwiczenia fizyczne są w wielu chorobach znakomitym czynnikiem leczniczym. Lekarze greccy umieli za pomocą ćwiczeń cielesnych niektórych chorych tak dalece wzmocnić, że byli nawet później zwycięzcami w igrzyskach olimpijskich. Ćwiczenia skóry w kąpieli słonecznej i powietrznej wpływają korzystnie na gruźlicę i krzywicę. A ludzie o słabem sercu, wąskiej klatce piersiowej, niedokrewni i otyli, nerwowi i cierpiący na obniżenie wnętrzności, a nawet na pewne postacie obstypacji, znajdują w niektórych odpowiednio dobranych ćwiczeniach doskonały środek leczniczy. Dzisiejszy człowiek cieszy się przeto, gdy może uprawiać jakiś sport. Sport uprawiany z umiarkowaniem i należytem przygotowaniem działa zbawiennie i przynosi duże korzyści.

Dr. Edward Szalit.

NADESŁANE.

Za rubrykę tę redakcja nie odpowiada.

Oświadczenie.

Imieniem opozycji w stowarzyszeniu „Jad Charuzim" w Tarnowie przedkładamy opinji publicznej następujące oświadczenie:

Przez dłuższy przeciąg czasu nie braliśmy czynnego udziału w pracach stowarzyszenia. Bierność naszą wywołała zła i głupia polityka, prowadzona przez dotychczasowe kierownictwo, za którą to politykę nie chcieliśmy i nie mogliśmy brać na siebie żadnej odpowiedzialności.

Rozłam w łonie stowarzyszenia i fałszywe drogi, któremi kroczyło dotychczasowe kierownictwo, doprowadziło stowarzyszenie do zupełnej ruiny. Straciło ono bowiem zupełnie swoje gospodarcze i polityczne znaczenie w życiu społecznem, a w szczególności straciło ono wszelki wpływ wśród sfer rzemieślniczych.

Po długim i poważnym namyśle doszliśmy do przekonania, że nadszedł już odpowiedni czas, w którym rzemieślnik żydowski musi skoncentrować wszystkie swoje siły, by wspólnym wysiłkiem odrestaurować stowarzyszenie i wrócić mu pierwotne znaczenie.

Uczyniliśmy wszystko, co było w granicach możliwości, używaliśmy wszystkich do naszej dyspozycji stojących legalnych środków, celem doprowadzenia do porozumienia. Pertraktowaliśmy nawet z takimi ludźmi, którzy — naszem zdaniem — nie mogą i nie powinni stać na czele jakiejkolwiek instytucji publicznej. Porozumiewaliśmy się z takiemi jednostkami, o których opinja publiczna już dawno wydała swój ujemny sąd.

Uczyniliśmy to wszystko w tym celu, by umożliwić wzajemne porozumienie dla wyratowania naszego stowarzyszenia z tego wielkiego i nieczystego bagna, w którem ono tonie.

W niedzielę 14 b. m. odbyło się zgromadzenie członków, które stało zupełnie pod naszym wpływem. Nasze szczere i przekonywujące argumenta przemówiły do sumienia obecnych na zgromadzeniu członków, którzy naocznie się przekonali, że nie chodzi nam o osobiste godności lub o zaspokojenie osobistych ambicyj, lecz że chodzi nam tylko i wyłącznie o dobro stowarzyszenia.

Doszło do porozumienia.

Obie strony wybrały na tem właśnie zgromadzeniu swoje reprezentacje do „komisji-matki", której zadaniem było ostateczne zlikwidowanie konfliktu.

Chętnie zgadzaliśmy się na wszystkie wnioski strony przeciwnej w tem świętem przekonaniu, że i jej dążenia do porozumienia i do harmonijnej współpracy są szczere, bez jakichkolwiek ukrytych zamierzeń.

W niedzielę 21 b. m. odbyło się drugie walne zebranie, które miało **formalnie** zatwierdzić już zawarty kompromis. Okazało się jednak, że cała ta akcja była tylko chytrym manewrem ze strony prowodyrów "Jad Charuzim". Skoro się tylko okazało, że krzesło prezesury jest zachwiane, p. Braw oświadczył, że zawarta umowa nie obowiązuje.

W toku dyskusji staraliśmy się unikać drażliwych spraw osobistych. Chcieliśmy bowiem obradować nad losem stowarzyszenia w atmosferze spokojnej i rzeczowej.

Obecnie jednak, skoro p. prezes i jego adherenci pokazali swe prawdziwe obłudne oblicze, oświadczamy publicznie, że p. Braw stawia swoje sprawy osobiste ponad sprawy stowarzyszenia. Pan Braw, swoją inteligencją i kwalifikacjami nietylko że nie dorósł być prezesem "Jad Charuzim", lecz jest jeszcze wielce problematycznym, czy nadaje się na zwyczajnego członka wydziału.

Jego występy publiczne wykazały niezbicie, że jest politycznym nieukiem. Podczas dyskusji budżetowej w kahale p. Braw, „przedstawiciel" rzemieślników nie uważał za stosowne wystąpić mężnie i odważnie z żądaniem uwzględnienia postulatów jego wyborców, lecz ślepo szedł ręka w rękę ze swoimi „sojusznikami" z ortodoksji, którzy ostatnio dali mu znać, że nie potrzebują pomocy tego popychadła, w jakiej to roli występował p. Braw.

„Jad Charuzim" musi odżyć, musi uzyskać swój pierwotny autorytet i znaczenie na ulicy żydowskiej.

Sanacja w „Jad Charuzim" będzie tylko wtedy możliwą, jeśli obecne kierownictwo będzie usunięte i jego miejsce zajmie wydział, składający się z ludzi sumiennych i politycznie dojrzałych.

Ustępujący wydział nie uważał nawet za stosowne walnemu zebraniu przedłożyć sprawozdanie ze swej działalności i ze stanu kasowego. P. Braw dał tylko swoje „słowo honoru", że wszystko jest w porządku i że wobec opinji publicznej i władz on bierze na siebie wszelką odpowiedzialność za agendy stowarzyszenia.

Wyrażamy votum nieufności tym panom i domagamy się dokładnego sprawozdania, w przeciwnym bowiem razie wyciągniemy odpowiednie konsekwencje.

Fundusze publiczne muszą stać pod publiczną kontrolą.

Oświadczamy, że nie przyjmujemy stojących do naszej dyspozycji mandatów, a to nie dlatego, że jesteśmy w mniejszości, lecz tylko z tego powodu, iż sumienie nasze nie pozwala nam maczać naszych czystych rąk w brudnej pracy p. Brawa.

Odpowiedzialność za złamanie jedności w łonie stowarzyszenia ciąży na tych wszystkich, którzy do rozłamu doprowadzili i bez przerwy będziemy publicznie piętnowali tych, którzy stoją na przeszkodzie w stworzeniu zjednoczonego i silnego „Jad Charuzim" w Tarnowie.

Józef Frisch, przewodniczący „komisji-matki".
Chanine Braun, przew. grupy opozycyjnej.
Herman Kleinhändler, prezes hon. „Jad Charuzim".

List do Redakcji.

W sprawie wybudowania sali teatralnej, poruszonej w naszym „Tygodniku" z dnia 12 b. m. otrzymaliśmy z kół naszych czytelników list, którym otwieramy dyskusję w tej doniosłej sprawie i prosimy naszych czytelników o wyrażenie swej opinji na ten temat.

Redakcja.

Szanowna Redakcjo!

W związku z notatką, umieszczoną w „Tygodniku" w sprawie wybudowania sali teatralnej, pozwalam sobie skreślić kilka uwag, które wedle mego zdania mogą kwestję wybudowania sali popchnąć na realne tory.

Jest to wprost hańbą, że w mieście, w którem większość żyd. mieszkańców, oraz większość Rady żydowskiej gminy wyznaniowej należy do obozu narodowo uświadomionego, niema odpowiedniej sali na publiczne imprezy i że żyd. gmina niczego w tym kierunku nie przedsięwzięła.

Mój plan jest następujący:

Ochronka żyd. posiada plac niezabudowany. Na tej parceli mogłaby żyd. gmina wyznaniowa wystawić budynek, służący w dzień dziatwie ochronki, zaś wieczorami na cele kulturalne. Gmina wyznaniowa mogłaby dostać pożyczkę długoterminową, którąby dochodami pokryć mogła. A gdyby nawet nie pokryły się całe procenta z amortyzacją, to gmina dołożyć może, gdzie się rozchodzi o tak ważny cel. Cierpię osobiście bardzo, zwiedzając przedstawienia w Tarnowie, gdyż znając wielkie miasta i zwiedzając tam teatra, mam wprost tremę, gdy przychodzę w Tarnowie na przedstawienie, które się odbywa w szopach, przypominających średniowiecze.

Z poważaniem **Golda Mosełowa.**

Ukonstytuowanie się Rady miejskiej.

Wedle wiadomości, zasięgniętych ze źródeł miarodajnych, protest wniesiony przeciw dokonanym wyborom do Rady nie został uwzględniony i najprawdopodobniej już w pierwszych dniach września b. r. nastąpi ukonstytuowanie się Rady. g.

Upały, kurz uliczny i obowiązek gminy wobec mieszkańców.

Upały dają się dotkliwie we znaki mieszkańcom miast, którzy z jakichkolwiek powodów, a w szczególności z powodu braku „floty" nie mogą sobie pozwolić na wyjazd do letnisk.

Tumany kurzu, nawet na pryncypalnych ulicach, wciskają się do mieszkań i zatruwają organizm tych nawet ludzi, którzy unikają spacerów ulicznych.

Jakkolwiek magistrat rozporządza obecnie dostateczną ilością przyrządów, zdatnych do skrapiania ulic, to jednak w rzadkich tylko wypadkach znać dbałość instytucji gminnych o zdrowie mieszkańców.

Magistratu o to winić nie można, bo z całego zarzdu gminy pozostał w Tarnowie jedynie viceburmistrz, który pracuje w czasie panujących obecnie upałów z zadziwiającą wprost wytrwałością.

Uroczystości, związane z sprowadzeniem zwłok gen. Bema, oraz z przejazdem p. Prezydenta Państwa przez Tarnów wykazały jednak, że przy pewnym wysiłku można choćby częściowo usunąć z ulic plagę pyłu.

Należy częściej skrapiać ulice, bo na brak wody nie możemy się uskarżać, a przyrządów do skrapiania ulic jest podostatkiem.

Nie należy też zapominać, że mieszkańcy Tarnowa mieszczą się nietylko na ulicy Krakowskiej. Są całe dzielnice, jak okolice ul. Nowej, które się przy skrapianiu ulic pomija.

Kwestja kursowania autobusów miejskich do Zgłobic powinna też być jakoś uregulowana. Zdarza się, że ludzie, którzy zapłacili za bilet powrotny do Tarnowa, nie mogą wrócić. A zdarza się to nawet takim, którzy od godzin dobijają się do autobusu, ale z powodu słabego zdrowia nie mogą podjąć walki z młodszymi i silniejszymi, którzy w takich wypadkach bez pardonu usuwają na bok kobiety, dzieci i starców. g.

Przejazd P. Prez. Rzpltej przez Tarnów.

W dniu 18 b. m. przybył do Tarnowa Prezydent Państwa. Na ulicy Krakowskiej, przed ustawioną bramą triumfalną oczekiwali Dostojnego Gościa reprezentanci władz państwowych, samorządowych, kleru katolickiego, żyd. gminy wyznaniowej, rabinatu, stowarzyszeń i cechów, kompanja honorowa 16 p. p., szwadron strzelców konnych, oddział strzelców, oraz Sokoła.

Przy dźwiękach hymnu państwowego i prezentowaniu broni przez oddziały wojska i przysposobienia wojskowego, zbliżył się samochód Pana Prezydenta Państwa do bramy triumfalnej.

Po odebraniu raportu przeszedł Dostojny Gość przed frontem honorowej kompanji, poczem w imieniu miasta przywitał Pana Prezydenta w serdecznych słowach wiceburmistrz Dr Mütz.

W imieniu oficerów rezerwy wygłosił przemówienie p. sędzia Ryglowski.

Pan Prezydent przywitał się następnie z biskupem i poszczególnemi delegacjami, poczem wśród radosnych i żywiołowych okrzyków licznie zebranych tłumów ludności wyjechał w dalszą drogę w kierunku do Pilzna.

W dniu 23 b. m. Pan Prezydent Państwa wrócił przez Tarnów do Krakowa.

Przez cały czas od dnia 18 do 23, a w szczególności w dniach przyjazdu i powrotu Pana Prezydenta miasto było bogato przyozdobione chorągwiami, dywanami i kwiatami.

Ludność naszego miasta zachowaniem się swojem dała dowód, jak wysoko ceni i czci osobę Prezydenta, jako widomą głowę Państwa, Pierwszego Obywatela i niestrudzonego pracownika na polu ekonomicznem i kulturalnem. g.

Uroczystość Herzlowska.

UROCZYSTOŚĆ Herzlowska.

W dniu 21 b. m. odbyła się z okazji 25-letniej rocznicy śmierci Dra Teodora Herzla, twórcy organizacji sjonistycznej, w wielkiej synagodze uroczystość żałobna.

Pomimo upału i nieodpowiedniej pory, wielka ilość słuchaczy ze skupieniem wysłuchała modłów kantora i pięknej przemowy tow. Joachima Neigera, który w sposób mistrzowski omówił znaczenie działalności Dra Herzla, twórcy organizacji sjonistycznej.

Uroczystość zakończoną została odśpiewaniem przez kantora i jego chór pieśni narodowej „Hatikwa". g.

Kronika.

Kradzieże. Dnia 9 lipca 1929 r. Tadeusz Chanik i Zdzisław Matlak, znani na terenie miasta Tarnowa, skradli na pl. św. Ducha w Tarnowie na szkodę Rozalji Solak z Mikołajowic torebkę z gotówką około 300 zł. i złotym łańcuszkiem. Sprawcy wykorzystali nieuwagę Rozalji Solak i wyrwali jej z ręki torebkę z zawartością. Tadeusz Chanik został bezpośrednio po kradzieży zatrzymany, zaś Matlak ukrywał się i dnia 17 b. m. przychwycono go. Obydwu zatrzymanych oddano do dyspozycji władz sądowych.

Od dłuższego czasu kradli sprawcy materjał budowlany ze składu drzewnego przy ul. Nowej, wyrządzając szkodę około 500 zł. Wszczęte dochodzenia policyjne wykazały, że kradzieży systematycznej dokonywali Stanisław Krzemiński i Marjan Skrabacz z Tarnowa, których przekazano władzom sądowym.

W nocy z 14—15 b. m. włamał się przez okno Wojciech Bobola z Tarnowa do mieszkania Chaima Mana w Tarnowie i usiłował dokonać większej kradzieży garderoby, lecz w chwili kiedy Bobola przygotowywał rzeczy do wyniesienia, nadszedł patrol policyjny i przychwycił go na gorącym uczynku kradzieży.

Dnia 16 b. m. policja tarnowska zatrzymała Marję Misterka z Tarnowa za kradzież graderoby, wartości 400 zł., którą skradła na szkodę Ireny Borjasz w Krakowie. — Marja Borjasz była również poszukiwaną przez policję w Bielczy, pow. brzeski, za kradzież biżuterji wartości 1000 zł.

Pobicie. Dnia 13 b. m. w godzinach wieczornych został napadnięty na ulicy Wojtarowicza Jan Zawadzki z Tarnowa przez niejakiego Kasperka, który pobił go dotkliwie i złamał mu rękę. — Zawadzki z Kasperkiem mieli ze sobą osobiste porachunki.

Nieszczęśliwe wypadki. Józef Łaszewski z Góry ropczyckiej, lat 63, majster murarski, zamieszkały ostatnio w Gumniskach, został wskutek własnej nieostrożności najechany przez pociąg ciężarowy w dniu 19 b. m. na przestrzeni Tarnów—Gumniska, wskutek czego doznał złamania kilku żeber, a przewieziony do szpitala powszechnego w Tarnowie, zmarł.

Dnia 21 b. m. w czasie przejazdu formacji wojskowych na ćwiczenia spadł z wozu taborowego pod koła, wskutek popsucia się uprzęży na koniach, kapral 5 p. strz. k. N. Godlman w Żukowicach starych, pow. Tarnów, tak nieszczęśliwie, że koło wozu przeszło mu przez brzuch. Odwieziony następnie sanitarnym samochodem 5 p. st. k. do szpitala w Tarnowie, zmarł dnia następnego.

Pożar. Dnia 17 b. m. w godzinach popołudnowych wybuchł pożar w zabudowaniach gospodarczych Jana Chrupka w Skrzyszowie, którego pastwą oprócz zabudowań gospodarczych Chrupki padły zabudowania gospodarcze gospodarza Jana Bednarza i dom mieszkalny gospodarza Józefa Onaka. Szkoda wyrządzona przez pożar wynosi ogółem około 24.000 zł. — spalone objekta były ubezpieczone w P. D. W. U. Ofiar w ludziach nie było. Pożar powstał prawdopodobnie wskutek nieostrożnego obchodzenia się z ogniem gospodarzy, przywożących drzewo do tartaku Chrupka.

Żydzi, pamiętajcie w dniu Chaw-Tamuz (28-go lipca) udekorować okna nalepkami z podobizną Herzla.

Wydawca i odpowiedzialny redaktor Ch. Friedman. — Drukiem J. Pisza w Tarnowie, pod zarządem St. Starostki.